



GUÍA DE TRABAJO/ ORIENTACIÓN / NB7

Nombre:

Curso:

Fecha:

Unidad N°2: Bienestar y autocuidado – Prevención de adicciones

Objetivo de Aprendizaje:

OA4: Integrar a su vida cotidiana acciones que favorezcan el bienestar y la vida saludable en el plano personal y en la comunidad escolar, optando por una alimentación saludable, un descanso apropiado, realizando actividad física o practicando deporte, resguardando la intimidad e integridad del cuerpo, incorporando medidas de seguridad en el uso de redes sociales, entre otros.

Instrucciones: Observa las imágenes que se presentan a continuación y escribe una palabra que la describa.

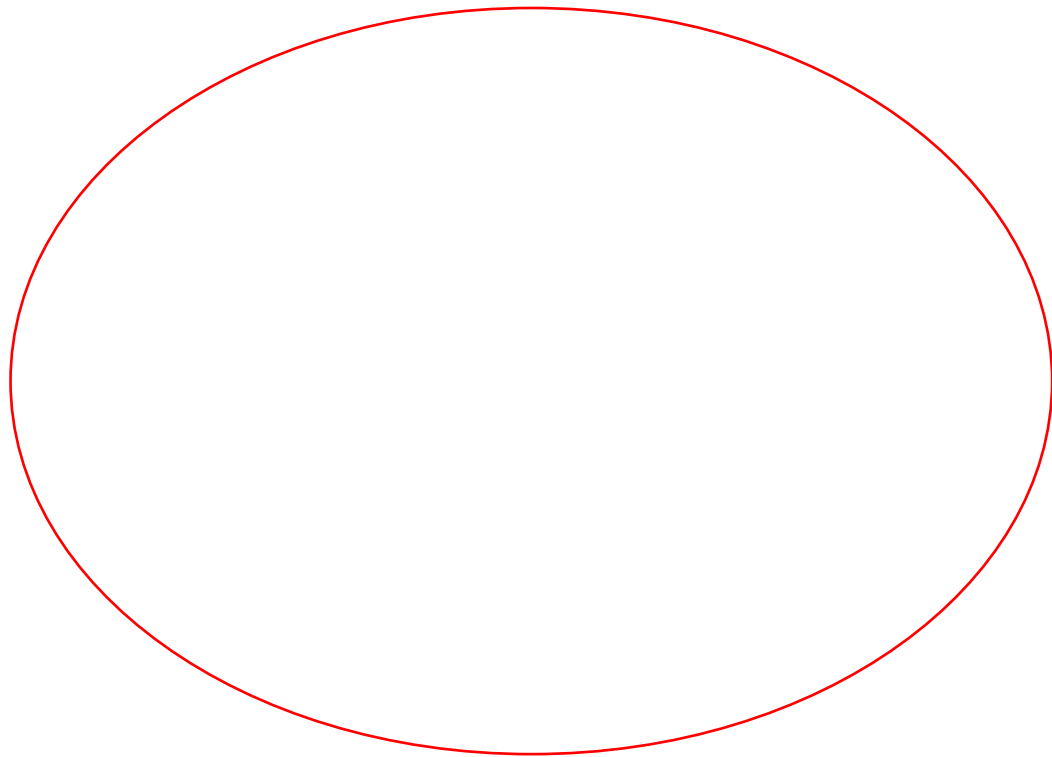






ACTIVIDAD:

- 1) A continuación, te presento el “EL CÍRCULO DE LA FELICIDAD Y EL BIENESTAR”. Te invito a que dentro de él anotes todas las cosas que te producen felicidad y bienestar, y si quieres puedes usar recortes.





2) ¿Cómo crees que el bienestar contribuye a la felicidad de las personas?

3) Sabemos que vivimos en sociedad, tenemos familias, amigos, etc. ¿crees que la actitud que tienes suma o resta al bienestar y felicidad de tu entorno más cercanos de personas? Justifica tu respuesta.

OJO: ANTE CUALQUIER DUDA, CONSULTA O COMENTARIO PUEDES ESCRIBIR AL CORREO SANCHEZR8990@GMAIL.COM.